

ИП Орлов А.О.

Утверждаю



Директор школы № 4



## МЕНЮ

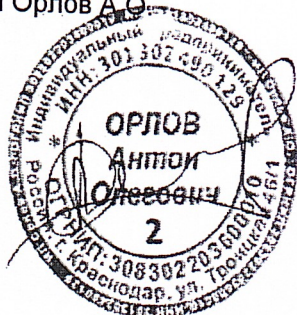
" 29 " апреля 2025 г.

7-11 лет

7 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 60    | 20,53         | 1,10              | 5,30    | 4,60             | 55,00                                    |
| 2011                          | 289                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                  | 200   | 95,56         | 14,40             | 13,40   | 17,40            | 248,00                                   |
| 2011                          | 389                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 200   | 28,80         | 1,00              | 0,20    | 20,20            | 86,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20    | 1,44          | 1,50              | 0,10    | 10,00            | 47,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20    | 1,60          | 1,30              | 0,20    | 8,50             | 41,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 147,93        | 19,30             | 19,20   | 60,70            | 477,00                                   |
| Обед                          |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 27,29         | 0,50              | 0,10    | 1,50             | 8,00                                     |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ                | 250   | 15,46         | 2,20              | 5,80    | 13,10            | 116,00                                   |
| 2023                          | 83                  | БЕФСТРОГАНОВ                                   | 90    | 33,16         | 11,20             | 28,60   | 5,00             | 334,00                                   |
| 2021                          | 3                   | РИС С ОВОЩАМИ                                  | 150   | 13,80         | 3,40              | 4,30    | 31,60            | 179,00                                   |
| 2021                          | 8                   | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200   | 1,39          | 0,20              | 0,00    | 10,10            | 41,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 30    | 2,16          | 2,30              | 0,20    | 15,10            | 71,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 30    | 2,40          | 2,00              | 0,30    | 12,70            | 61,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 95,66         | 21,80             | 39,30   | 89,10            | 810,00                                   |
| Полдник                       |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                              | 40    | 29,66         | 4,60              | 7,00    | 12,10            | 130,00                                   |
| 2022                          | 83                  | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ<br>УПАКОВКЕ              | 200   | 34,32         | 5,60              | 4,90    | 9,30             | 105,00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                       | 100   | 33,67         | 0,60              | 0,60    | 15,40            | 72,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 97,65         | 10,80             | 12,50   | 36,80            | 307,00                                   |
| Всего                         |                     |                                                |       | 341,24        | 51,90             | 71,00   | 186,60           | 1 594,00                                 |

Повар А.А. Истомина



# МЕДИО

"\_29\_"\_\_апреля\_\_2025 г.

12-18 лет

## 7 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 100   | 34,23         | 1,90              | 8,90    | 7,70             | 91,00                                    |
| 2011                          | 289                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                  | 230   | 98,74         | 16,50             | 15,40   | 20,00            | 285,00                                   |
| 2011                          | 389                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 200   | 28,80         | 1,00              | 0,20    | 19,60            | 83,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 40    | 2,88          | 3,10              | 0,30    | 20,10            | 95,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 30    | 2,40          | 2,00              | 0,30    | 12,70            | 61,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 167,05        | 24,50             | 25,10   | 80,10            | 615,00                                   |
| Обед                          |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 71                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО<br>СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ) | 100   | 36,97         | 0,80              | 0,10    | 2,50             | 14,00                                    |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ                | 250   | 15,48         | 2,20              | 5,80    | 13,10            | 116,00                                   |
| 2023                          | 83                  | БЕФСТРОГАНОВ                                   | 100   | 31,34         | 12,40             | 32,30   | 5,50             | 374,00                                   |
| 2021                          | 3/1                 | РИС С ОВОЩАМИ                                  | 180   | 16,60         | 4,00              | 5,20    | 38,00            | 215,00                                   |
| 2021                          | 10                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                 | 200   | 3,55          | 0,00              | 0,00    | 9,70             | 39,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 65    | 3,90          | 5,00              | 0,40    | 32,60            | 154,00                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 60    | 4,00          | 4,00              | 0,50    | 25,40            | 122,00                                   |
| Итого                         |                     |                                                |       | 111,84        | 28,40             | 44,30   | 126,80           | 1 034,00                                 |
| Полдник                       |                     |                                                |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                              | 55    | 29,27         | 6,40              | 9,60    | 16,60            | 179,00                                   |
| 2022                          | 83                  | МОЛОКО В ПРОМЫШЛЕННОЙ<br>УПАКОВКЕ              | 200   | 34,32         | 5,60              | 4,90    | 9,30             | 105,00                                   |
| 2011                          | 338                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ВИНОГРАД)                       | 100   | 33,67         | 0,60              | 0,60    | 15,40            | 72,00                                    |
| Итого                         |                     |                                                |       | 97,26         | 12,60             | 15,10   | 41,30            | 356,00                                   |
| Всего                         |                     |                                                |       | 376,15        | 65,50             | 84,50   | 248,20           | 2 005,00                                 |

Повар Исмаилов (А.А.Истомина)